

© L RONSAUX	Catégorie	Aliment/Plat	IG	CG
Aliment Vegan/ Veggie	Aliment Vegan/Veggie	Tempeh à cuisiner	15	0
	Aliment Vegan/Veggie	Tofu soyeux	15	0
	Aliment Vegan/Veggie	Tofu	15	0
	Aliment Vegan/Veggie	Seitan d'épeautre	30	1
Biscuits apéritifs	Biscuits apéritifs	Cacahuètes grillées salées	23	3
Boissons Lactées	Boisson	Lait d'amande non sucré	25	0
	Boisson	Lait de coco non sucré	40	1
	Boisson	Lait demi-écrémé	30	1
Céréales / Pâtes	Céréales / Pâtes	Shirataki de Konjac	0	0
	Céréales / Pâtes	Tagliatelles Konjac	0	0
	Céréales / Pâtes	Orge perlé cuit dans l'eau	30	8
	Céréales / Pâtes	Gruau de sarrasin décortiqué cuit dans l'eau 12 min	45	9
	Céréales / Pâtes	Sarrasin cuit dans l'eau	54	9
	Céréales / Pâtes	Quinoa bio cuit, refroidi et passé 1 min au micro-onde	53	11
	Céréales / Pâtes	Riz complet à la vapeur	53	12
	Céréales / Pâtes	Ebly express précuit, réchauffé au micro-onde	40	13
	Céréales / Pâtes	Torsades de konjac et lentilles corail	25	13
	Céréales / Pâtes	Boullghour	46	14
	Céréales / Pâtes	Pâtes de lentilles corail (100%)	35	17
	Céréales / Pâtes	Riz complet cuit à l'eau (25 min)	72	17
	Céréales / Pâtes	semoule de lentilles corail	35	18
	Céréales / Pâtes	Torsades aux Lentilles Corail Bio	35	19
	Crèmerie	Crèmerie	Beurre	0
Crèmerie		Crème fraîche épaisse 30%	0	0
Crèmerie		emmental	0	0
Crèmerie		Fromage de chèvre	0	0
Crèmerie		Fromage de chèvre bûche	0	0
Crèmerie		Gorgonzola	0	0
Crèmerie		Mimolette	0	0
Crèmerie		Pecorino	20	0
Crèmerie		Raclette	0	0
Crèmerie		Roquefort	20	0
Crèmerie		Comté	1	0
Crèmerie		Mozzarella	20	0
Crèmerie		Fromage bleu crémeux	20	0
Crèmerie		Fromage Ail et Fines Herbes	10	0
Crèmerie		Fromage frais type St Moret	10	0
Crèmerie		Parmesan	20	0
Crèmerie		Yaourt grec	12	1
Crèmerie		Petit suisse	20	1
Crèmerie		crème de coco	40	1
Crèmerie		Feta	20	1
Crèmerie		Yaourt brebis nature 0%	20	1
Crèmerie		Mascarpone	25	1
Crèmerie		Ricotta	20	1
Crèmerie		Ricotta au lait demi-écrémé	20	1
Crèmerie		Crème fraîche légère 8 %	20	1
Crèmerie		Lait de brebis demi-écrémé	30	1
Épicerie		Épicerie	Tomates concassées	15
	Épicerie	Double concentré de tomate (tube)	38	6
	Epices et condiments	Jus de citron	20	0
	Epices et condiments	Mayonnaise à l'huile d'olive	0	0

Epices et condiments	Epices et condiments	Sauce soja	0	0
	Epices et condiments	Vinaigre de cidre	5	0
	Epices et condiments	Câpres	1	0
	Epices et condiments	Estragon	1	0
	Epices et condiments	Estragon séché	1	0
	Epices et condiments	Moutarde	1	0
	Epices et condiments	Menthe	1	0
	Epices et condiments	Graines de fenouil	1	0
	Epices et condiments	Basilic	5	0
	Epices et condiments	Coriandre fraîche	15	0
	Epices et condiments	Curry en poudre	5	0
	Epices et condiments	Persil	5	0
	Epices et condiments	Paprika	1	0
	Epices et condiments	Aneth	5	0
	Epices et condiments	mélange pain d'épices	1	0
	Epices et condiments	ras el-hanout	1	0
	Epices et condiments	Cannelle en poudre	1	0
	Epices et condiments	Muscade moulue	1	0
	Epices et condiments	Piment en poudre	1	0
	Epices et condiments	Ciboulette	15	0
	Epices et condiments	Cumin en poudre	1	0
	Epices et condiments	Gingembre en poudre	1	1
	Epices et condiments	Safran	1	1
	Epices et condiments	Romarin séché	5	1
	Epices et condiments	Harissa	15	1
	Epices et condiments	Herbes de Provence	5	1
	Epices et condiments	Vinaigre balsamique	5	1
	Epices et condiments	Origan séché	5	1
	Epices et condiments	Thym séché	5	1
	Epices et condiments	Piment rouge	15	1
	Epices et condiments	Coriandre moulue	15	2
	Epices et condiments	Laurier séché	5	2
Epices et condiments	Ail en poudre	30	19	
Epices et condiments	Melasse de grenade	70	54	
Fruits	Fruits	Rhubarbe	15	0
	Fruits	Citron	20	1
	Fruits	Framboises	25	1
	Fruits	Cassis	15	1
	Fruits	Mélange fruits rouges	25	1
	Fruits	Fraise	25	1
	Fruits	Groseille	25	2
	Fruits	Pamplemousse	25	2
	Fruits	Mûre	25	2
	Fruits	Noix de coco râpée	35	3
	Fruits	Clémentine	30	3
	Fruits	Orange	35	3
	Fruits	Abricot	35	3
	Fruits	Prune	39	3
	Fruits	Poire	30	3
	Fruits	Pomme	35	4
	Fruits	Figue	30	4
	Fruits	Pêche	42	4
	Fruits	Kiwi	50	4
	Fruits	Pomme gala	38	5

	Fruits	Melon	65	5
	Fruits	Myrtille	53	6
	Fruits	Pastèque	76	6
	Fruits	Papaye	59	6
	Fruits	Ananas frais	50	6
	Fruits	Raisin noir	45	7
	Fruits	Banane	45	9
Fruits à coque et Graines	Fruits à coque et Graines	Amande	15	1
	Fruits à coque et Graines	Pignons de pin	15	1
	Fruits à coque et Graines	Noix, séchée, cerneaux	15	1
	Fruits à coque et Graines	Graines de chia	15	1
	Fruits à coque et Graines	Lin, brun, graine	35	1
	Fruits à coque et Graines	Sésame	15	1
	Fruits à coque et Graines	Noix de pécan	15	1
	Fruits à coque et Graines	Noisette	20	1
	Fruits à coque et Graines	Noix de grenoble	15	2
	Fruits à coque et Graines	Graines de lin	35	2
	Fruits à coque et Graines	Pistaches salées	15	3
	Fruits à coque et Graines	Pistache	20	3
	Fruits à coque et Graines	Graines de courge	25	3
	Fruits à coque et Graines	Tournesol, graine	35	4
	Fruits à coque et Graines	Graines de sésame	35	4
	Fruits à coque et Graines	Graines de tournesol	35	5
	Fruits à coque et Graines	Tahin	40	6
	Fruits à coque et Graines	Beurre de cacahuète	40	6
	Fruits à coque et Graines	Noix de cajou crue	25	7
	Légumes	Légumes	Olives noires	15
Légumes		Olives noires à la grecque	15	0
Légumes		Champignons de paris	15	0
Légumes		Cornichons	15	0
Légumes		Olives vertes	15	0
Légumes		Courgette	15	0
Légumes		Laitue	15	0
Légumes		Epinards	15	0
Légumes		Radis	15	0
Légumes		Cœurs de palmier égouttés	20	0
Légumes		Salade jeunes pousses	15	0
Légumes		Tomates cerise	30	0
Légumes		Asperge	15	0
Légumes		Avocat	10	0
Légumes		Concombre	10	0
Légumes		Céleri branche	15	0
Légumes		Salade mêlée	15	0
Légumes		Endive	15	0
Légumes		Côtes de blettes	15	0
Légumes		Cœurs d'artichauts égouttés	20	0
Légumes		Chou blanc	15	0
Légumes		Tomate	15	1
Légumes		Chou de Bruxelles	15	1
Légumes		Chou kale	15	1
Légumes		Poivron	15	1
Légumes		Poireau	15	1
Légumes		Chou-fleur	15	1
Légumes		Aubergine	20	1

Légumes	Légumes	Cœurs d'artichauts marinés	20	1
	Légumes	Haricots Verts	30	1
	Légumes	Chou frisé	15	1
	Légumes	Carotte cuite	40	1
	Légumes	Brocoli	15	1
	Légumes	Fenouil	15	1
	Légumes	Oignon	15	1
	Légumes	Haricots Plats	30	1
	Légumes	Trio de poivrons marinés	15	2
	Légumes	Carotte	20	2
	Légumes	Échalote	15	2
	Légumes	Navet	85	3
	Légumes	Courge Butternut cuite	51	3
	Légumes	Céleri rave cuit	85	4
	Légumes	Betteraves rouges cuites	65	5
	Légumes	Tomates séchées	35	5
	Légumes	Haricots Rouges cuits	39	5
	Légumes	Potimarron cuit	75	5
	Légumes	Oignons frits	15	6
	Légumes	Ail	30	10
Légumes	Chataigne	60	29	
Légumineuses et dérivés	Légumineuses et dérivés	Ratatouille en conserve	20	1
	Légumineuses et dérivés	Pois mange tout	54	2
	Légumineuses et dérivés	Protéines de soja	25	3
	Légumineuses et dérivés	Petits pois, congelés cuits dans l'eau	41	3
	Légumineuses et dérivés	Soja, fèves bouillies	30	3
	Légumineuses et dérivés	Flocons de pois cassés	22	4
	Légumineuses et dérivés	Pois cassés, cuits à l'eau	22	4
	Légumineuses et dérivés	Lentilles corail cuites à l'eau	26	4
	Légumineuses et dérivés	Lentilles vertes cuites à l'eau	30	5
	Légumineuses et dérivés	Pois chiches secs cuits dans l'eau	33	6
	Légumineuses et dérivés	Pois chiches en conserve	40	7
Matières Grasses	Matières Grasses	Huile d'avocat	0	0
	Matières Grasses	Huile de Coco	0	0
	Matières Grasses	Huile de noix	0	0
	Matières Grasses	Huile de sésame	0	0
	Matières Grasses	Huile d'olive	0	0
	Matières Grasses	Huile tournesol	0	0
	Matières Grasses	Mayo coco maison	0	0
	Matières Grasses	Mayonnaise	0	0
	Matières Grasses	Mayonnaise Maison	0	0
	Matières Grasses	Mayonnaise	0	0
Pâtisserie / Cuisson	Pâtisserie / Cuisson	blanc d'œuf	0	0
	Pâtisserie / Cuisson	Extrait naturel de vanille sans sucre	0	0
	Pâtisserie / Cuisson	Fleur d'oranger	0	0
	Pâtisserie / Cuisson	Jaune d'œuf	0	0
	Pâtisserie / Cuisson	Psyllium blond	15	0
	Pâtisserie / Cuisson	Café soluble	1	0
	Pâtisserie / Cuisson	Amande poudre	20	1
	Pâtisserie / Cuisson	Chapelure ig bas	13	1
	Pâtisserie / Cuisson	Agar-agar	15	1
	Pâtisserie / Cuisson	Farine de Lupin	15	1
	Pâtisserie / Cuisson	Farine d'amande nu3	20	1
	Pâtisserie / Cuisson	Purée d'amandes	25	1
	Pâtisserie / Cuisson	Purée de noisettes	25	1

Pâtisserie / Cuisson

Pâtisserie / Cuisson	Chocolat noir 1848 86%	22	1
Pâtisserie / Cuisson	Cacao en poudre non sucré	20	2
Pâtisserie / Cuisson	Farine de lin	35	2
Pâtisserie / Cuisson	Farine de cacahuète	15	2
Pâtisserie / Cuisson	Farine de noisette	20	2
Pâtisserie / Cuisson	Mix Konzelmann's	30	3
Pâtisserie / Cuisson	Purée de noix de cajou	25	5
Pâtisserie / Cuisson	Farine de soja	25	6
Pâtisserie / Cuisson	Farine de noix de coco	35	7
Pâtisserie / Cuisson	Levure chimique	35	7
Pâtisserie / Cuisson	Levure de boulanger	35	7
Pâtisserie / Cuisson	Chocolat noir 70%	25	7
Pâtisserie / Cuisson	Xylitol	7	7
Pâtisserie / Cuisson	Flocon d'avoine	60	7
Pâtisserie / Cuisson	Son d'avoine	15	9
Pâtisserie / Cuisson	Farine de souchet	35	14
Pâtisserie / Cuisson	Farine de pois chiche	35	16
Pâtisserie / Cuisson	Farine de lentilles	35	18
Pâtisserie / Cuisson	Farine de seigle T170	40	18
Pâtisserie / Cuisson	Farine d'orge mondé	30	19
Pâtisserie / Cuisson	Sirop d'agave	25	20
Pâtisserie / Cuisson	Chocolat noir 52%	40	20
Pâtisserie / Cuisson	Farine d'avoine	40	23
Pâtisserie / Cuisson	farine de quinoa	40	26
Pâtisserie / Cuisson	Farine de petit épeautre	40	26
Pâtisserie / Cuisson	Farine de sarrasin	40	27
Pâtisserie / Cuisson	farine d'épeautre intégrale	45	28
Pâtisserie / Cuisson	Farine de blé T150 (intégrale)	45	29
Pâtisserie / Cuisson	Farine de seigle T130	45	32
Pâtisserie / Cuisson	Miel d'acacia	53	42
Pâtisserie / Cuisson	Farine de blé T80 (semi-complète)	60	44
Pâtisserie / Cuisson	Farine de blé T110 (complète)	65	45
Pâtisserie / Cuisson	Farine de chataigne	65	46
Pâtisserie / Cuisson	Sucre de coco	54	52
Pâtisserie / Cuisson	Farine de blé T45	85	65
Pâtisserie / Cuisson	Fécule de maïs (Maizena)	85	65
Pâtisserie / Cuisson	sucre poudre	70	70
Pâtisserie / Cuisson	lev blé	85	76

Poissons et Fruits de Mer

Poissons et Fruits de Mer	Anchois	0	0
Poissons et Fruits de Mer	Anchois à l'huile d'olive	0	0
Poissons et Fruits de Mer	Bar	0	0
Poissons et Fruits de Mer	Bulot	0	0
Poissons et Fruits de Mer	Cabillaud	0	0
Poissons et Fruits de Mer	Coquilles saint jacques	0	0
Poissons et Fruits de Mer	Crevettes cuites	0	0
Poissons et Fruits de Mer	Dorade	0	0
Poissons et Fruits de Mer	Filet de merlu	0	0
Poissons et Fruits de Mer	Filets de maquereaux fumés	0	0
Poissons et Fruits de Mer	Hareng gras	0	0
Poissons et Fruits de Mer	Harengs fumés	0	0
Poissons et Fruits de Mer	Langoustine	0	0
Poissons et Fruits de Mer	Lieu noir	0	0
Poissons et Fruits de Mer	Lotte	0	0
Poissons et Fruits de Mer	Merlan	0	0
Poissons et Fruits de Mer	Morue	0	0
Poissons et Fruits de Mer	Oeufs de cabillaud fumés	0	0
Poissons et Fruits de Mer	Oeufs de saumon	0	0

Protéines	Poissons et Fruits de Mer	Perche du Nil	0	0
	Poissons et Fruits de Mer	Raie	0	0
	Poissons et Fruits de Mer	Rascasse	0	0
	Poissons et Fruits de Mer	Rouget	0	0
	Poissons et Fruits de Mer	Sardines à l'huile d'olive	0	0
	Poissons et Fruits de Mer	Saumon	0	0
	Poissons et Fruits de Mer	Saumon Fumé	0	0
	Poissons et Fruits de Mer	Sole	0	0
	Poissons et Fruits de Mer	Truite fumée	0	0
	Protéines	Agneau	0	0
	Protéines	Bœuf haché 5 % de matières grasses	0	0
	Protéines	Coppa	0	0
	Protéines	Côtelettes de porc	0	0
	Protéines	Côtes d'agneau	0	0
	Protéines	Cuisses de poulet	0	0
	Protéines	Dés de jambon	0	0
	Protéines	Filet de dinde cuits	0	0
	Protéines	Filet mignon de porc	0	0
	Protéines	Filets de poulet	0	0
	Protéines	Foie Gras de Canard	0	0
	Protéines	Jambon	0	0
	Protéines	Jambon cru	0	0
	Protéines	Jambon sec	0	0
	Protéines	Lardons fumés	0	0
	Protéines	Magret de canard fumé	0	0
	Protéines	Miettes de thon à l'huile de tournesol	0	0
	Protéines	Oeuf	0	0
	Protéines	Œuf dur	0	0
	Protéines	Rôti de poulet cuit	0	0
	Protéines	Saucisse de Morteau	0	0
	Protéines	Saucisse de Toulouse	0	0
	Protéines	Saucisson sec	0	0
	Protéines	Steak de bœuf	0	0
	Protéines	Thon au naturel	0	0
Protéines	Salami en tranches	1	0	
Protéines	Saucisse Knacki	1	0	
Protéines	Chorizo	1	0	

kcal (100g)	lip (100g)	prot (100g)	glu (100g)
157	11,0	19,0	1,2
53	2,9	5,0	1,5
143	8,5	14,7	2,9
135	2,5	23,5	3,5
632	52,0	28,0	12,0
36	3,2	1,1	0,7
176	18,0	1,7	1,7
47	1,5	3,1	4,6
15	0,0	0,0	2,2
13	0,5	0,5	1,8
123	0,4	2,2	25,7
104	0,6	3,4	19,9
92	0,6	3,4	17,2
120	1,9	4,4	21,0
112	0,8	2,3	23,5
215	7,1	6,0	31,5
345	1,7	24,0	51,0
362	1,6	14,1	30,0
335	2,4	25,0	47,4
112	0,8	2,3	23,5
351	1,7	28,0	52,0
357	1,8	25,0	54,3
717	81,0	0,9	0,1
301	31,0	2,2	2,8
373	28,8	27,3	0,3
180	14,0	11,0	2,5
287	23,3	18,4	0,0
312	26,4	18,6	0,3
310	23,4	24,4	0,0
394	32,0	26,0	0,0
328	26,0	23,0	0,5
357	31,7	19,0	0,0
430	35,0	27,0	1,0
259	19,4	19,9	0,4
357	31,0	19,0	1,0
286	28,0	6,1	2,4
211	18,5	7,5	3,5
441	30,9	39,4	1,9
69	3,4	3,8	5,0
149	10,4	9,5	3,2
242	25,0	2,3	2,0
277	21,3	14,2	4,1
44	0,1	6,3	4,3
392	39,0	4,4	4,0
169	13,0	8,0	5,1
138	7,9	11,4	5,1
76	4,3	3,2	5,3
54	1,5	5,6	4,6
26	0,5	1,2	3,6
95	1,0	4,8	16,8
22	0,0	0,0	0,0
192	21,0	0,8	0,1

59	0,0	8,6	5,6
0	0,0	0,0	0,0
23	0,9	2,2	3,5
44	0,0	3,8	4,1
44	0,0	3,8	4,1
152	11,2	6,9	4,3
58	0,8	3,5	5,3
326	14,9	15,7	12,5
35	0,5	3,4	2,6
22	0,5	2,1	0,9
301	14,0	14,5	2,6
43	0,6	3,7	3,5
319	12,9	14,1	19,1
48	1,1	3,9	3,9
258	9,0	11,0	21,0
258	9,0	11,0	21,0
243	1,2	3,9	27,5
507	36,3	6,3	28,5
376	17,3	12,0	29,4
30	0,5	2,6	2,1
427	22,3	17,8	33,7
335	4,2	9,0	58,3
352	5,9	11,4	61,5
328	15,2	4,9	21,5
84	2,9	2,7	7,3
283	7,2	11,5	23,0
125	0,5	0,7	25,8
265	4,3	9,0	26,4
285	7,4	9,1	26,9
40	0,4	1,9	9,0
346	17,8	12,4	13,0
353	8,4	7,6	48,6
344	0,8	16,7	62,8
300	2,5	0,0	77,5
27	0,2	0,9	2,7
39	0,0	0,0	3,1
45	0,0	1,4	4,3
65	0,0	0,0	8,0
37	0,3	2,8	5,4
41	0,3	0,7	5,5
56	0,0	0,0	6,6
40	0,4	0,4	8,0
49	0,0	0,0	8,1
670	65,0	6,9	7,4
47	0,4	0,8	9,2
46	0,4	0,8	8,0
46	0,0	0,8	9,0
54	0,0	0,0	8,8
54	0,4	0,3	11,5
46	0,1	0,4	10,7
69	0,5	1,2	13,5
55	0,0	0,7	9,8
59	0,0	0,0	8,4
46	0,4	0,4	11,9

39	0,2	0,8	7,5
58	0,0	0,0	10,6
35	0,0	0,0	7,4
43	0,0	0,0	9,9
54	0,0	0,4	12,6
80	0,4	0,6	15,6
90	0,4	1,1	19,7
637	55,8	25,0	4,2
686	65,4	13,7	5,6
709	67,3	13,3	6,9
454	30,7	16,5	7,7
533	42,2	18,0	3,6
646	48,0	20,0	9,1
739	73,8	2,9	9,3
680	63,0	13,9	7,0
655	65,2	15,2	13,7
467	34,0	19,5	6,4
617	47,4	21,7	18,6
630	54,0	21,0	15,0
573	45,8	24,5	13,9
653	55,5	21,3	10,1
600	50,4	20,9	10,2
642	52,7	20,2	15,0
631	53,4	20,3	13,8
621	49,2	25,8	16,1
612	48,0	19,0	26,0
133	13,6	0,5	0,0
332	33,3	2,2	0,1
22	0,0	3,1	1,1
13	0,2	1,2	1,1
145	13,9	0,5	1,3
16	0,4	0,9	1,4
14	0,2	1,3	1,4
34	0,9	3,4	1,5
15	0,4	0,9	1,5
20	0,1	2,1	1,2
10	0,0	0,8	1,6
29	0,8	5,0	0,8
30	0,1	2,2	1,8
169	14,6	1,6	3,0
32	0,3	2,1	3,5
17	0,2	0,8	2,5
19	0,5	1,1	2,6
12	0,3	0,6	2,7
26	0,3	2,1	3,0
26	0,5	1,8	2,3
24	0,3	1,0	3,2
18	0,2	0,9	3,9
23	0,1	2,6	4,2
36	1,1	4,3	4,2
112	0,3	0,9	4,2
30	0,2	1,3	4,4
23	0,3	1,9	5,0
34	0,3	1,3	3,8

171	15,1	2,4	3,9
24	0,1	1,4	2,8
28	0,4	1,9	5,6
19	0,1	0,6	2,6
34	0,4	2,8	7,0
31	0,2	1,2	7,3
43	0,6	1,3	7,7
24	0,1	1,9	4,5
221	18,0	3,5	10,0
40	0,4	0,6	7,6
64	0,5	1,8	12,2
21	0,2	0,7	3,2
80	0,2	1,8	5,4
26	0,3	0,9	4,3
43	0,4	1,4	7,1
187	11,7	4,3	13,4
116	0,6	9,6	12,3
38	0,3	1,1	6,9
585	45,0	5,0	39,0
149	0,5	6,0	33,0
196	2,2	3,7	47,9
83	5,1	1,5	5,9
42	0,3	2,3	3,4
345	6,8	50,5	10,8
66	0,3	5,2	8,0
141	6,4	12,4	11,1
128	1,5	8,6	16,3
128	1,5	8,6	16,3
112	0,5	10,6	15,0
127	0,6	10,1	16,2
147	3,0	8,3	17,7
147	3,0	8,3	17,7
900	100,0	0,0	0,0
900	93,0	0,0	0,0
900	100,0	0,0	0,0
899	99,9	0,0	0,0
899	99,9	0,0	0,0
828	92,0	0,0	0,0
718	77,0	0,2	2,0
675	73,2	1,7	1,9
347	38,0	3,0	0,3
47	0,2	10,3	1,1
0	0,0	0,0	0,0
0	0,0	0,0	0,0
345	31,0	16,0	0,6
39	0,0	7,8	1,8
241	0,5	12,2	41,1
637	55,8	25,0	4,2
382	25,3	23,1	7,3
76	0,3	4,4	6,8
360	12,0	40,0	9,0
375	12,0	51,0	7,0
625	55,2	22,5	5,6
625	55,2	22,5	5,6

600	51,0	9,0	6,4
366	21,0	20,0	8,7
368	19,8	26,4	6,6
387	9,7	49,0	16,0
385	14,0	41,5	12,0
399	16,7	41,9	8,9
606	48,1	20,1	21,3
460	21,4	39,2	22,9
320	12,0	9,0	19,0
76	0,0	0,0	19,0
76	0,0	0,0	19,0
591	46,3	10,4	26,9
240	0,0	0,0	100,0
75	1,5	2,5	11,9
357	14,2	16,0	57,9
435	24,0	4,9	39,0
359	6,7	22,4	47,0
315	1,2	24,0	50,4
315	2,2	17,1	44,8
339	2,3	10,6	64,5
322	0,6	0,5	78,4
553	53,0	5,9	50,0
348	7,0	12,5	58,7
317	6,0	1,4	64,4
365	2,5	12,3	66,1
348	2,2	11,5	68,4
351	3,5	13,0	62,0
342	1,5	12,2	64,9
344	1,1	7,8	70,9
330	0,0	0,4	80,0
355	1,2	10,9	73,2
343	1,5	10,3	68,6
340	3,4	6,1	70,4
408	1,5	1,8	96,6
356	0,8	9,9	75,9
362	0,8	9,9	75,9
400	0,0	0,0	99,8
377	0,3	0,4	89,2
129	6,1	18,6	0,0
182	8,5	26,4	0,0
147	6,5	22,2	0,0
97	0,3	20,7	2,9
99	0,7	23,1	0,0
82	1,2	17,0	1,0
88	1,0	21,0	0,0
129	5,1	20,5	0,2
112	3,0	21,1	0,0
294	24,3	18,8	0,0
174	10,6	18,7	1,1
725	12,0	17,0	0,0
91	0,7	20,9	0,3
82	0,9	18,2	0,4
70	0,2	16,7	0,4
79	0,3	18,7	0,5
77	0,6	17,9	0,0
146	4,2	26,9	0,1
224	10,5	30,8	1,5

81	0,3	19,1	0,7
88	0,2	21,4	0,3
126	3,1	24,6	0,0
143	5,2	24,1	0,0
227	15,0	22,0	0,0
208	13,0	20,0	0,0
178	9,5	22,0	0,9
77	0,4	18,0	0,3
156	7,0	23,1	0,2
208	10,6	28,1	0,0
155	5,9	25,5	0,0
284	20,0	25,0	1,0
121	2,6	22,8	0,0
341	30,1	16,5	0,7
171	8,0	24,8	0,0
121	4,4	17,9	2,1
106	1,1	23,8	0,0
168	7,1	26,1	0,0
141	2,0	30,1	0,0
542	56,2	7,7	1,1
125	4,3	20,8	0,8
274	18,0	27,0	1,0
235	12,3	30,0	0,7
264	21,8	16,4	0,6
353	31,5	17,8	0,7
253	21,0	16,0	0,0
144	10,3	12,3	0,7
144	10,3	12,3	0,7
108	1,8	22,0	1,0
322	29,0	13,7	0,4
261	22,0	15,6	0,0
380	28,8	30,0	0,5
271	19,0	25,0	0,0
111	0,4	26,8	0,0
404	35,6	20,0	1,0
266	23,0	12,0	2,0
322	23,9	22,6	2,1